Benjamín Martín Sánchez
Canónigo de la S.I. Catedral
de Zamora

DIOS Y YO

Relación existente entre ambos

APOSTOLADO MARIANO
Recaredo, 44
41003 - SEVILLA

Con licencia eclesiástica
ISBN: 84-7693-088-7
Depósito Legal: B-34835-1990
Printed in Spain
Impreso en España por G.M.S. IBERICA, S.A.
c/ Poblet, 19-21, entlo. 5.ª 08028 Barcelona

PRESENTACIÓN

Querido lector:

Aquí tienes un pequeño libro, cuyo contenido presento en dos partes: En la 1ª «¿Quién es Dios y quién soy yo?» hablo de la grandeza de Dios para reconocer así mejor nuestra pequeñez y saber que entre «Dios y yo» hay una relación de dependencia por cuanto somos criaturas suyas, y que lo que puede romper esta nuestra relación con Dios es el pecado, y si llegamos a cometerlo, nuestro deber es procurar reconciliarnos con Él.

En la 2ª parte «*Tendamos a la perfección*», trato de algunas sentencias, que sin duda pueden movernos a todos a tender a ella, mas como he escrito varios libros dedicados a cada una de las virtudes cristianas, por eso no he querido ampliar el presente con otros muchos pensamientos.

En honra a la verdad, tengo que decir que he leído varios libros de espiritualidad en los que he visto sentencias y pensamientos llenos de sabiduría, entre ellos: «*La espiritualidad monástica*» del P. Deseille; «*Dichos de ancianos, antiguos monjes, que llamamos SEN-*

TENCIAS DE PADRES DEL DESIERTO»; y *«Camino de los ascetas»* de T. Colliander, que tiene su fundamento en las enseñanzas de los Padres de la Iglesia Ortodoxa, y como sus ideas me han hecho mucho bien, me ha parecido oportuno, poner al alcance de todos en esta segunda parte, lo más notable que he hallado diseminado entre ellos y en otros varios libros y hacer como un florilegio para bien de todos mis lectores.

De mi cosecha, pues, son pocos los pensamientos que expongo, y mi trabajo se reduce más bien a decir lo que otros han dicho y recapitular lo más selecto que me ha llamado la atención y que he visto más conforme con los Libros Santos de los cuales también voy entresacando mis ideas.

Dios quiera que los pensamientos que presento en este libro hagan mucho fruto a cuantos lo lean.

Benjamín MARTÍN SÁNCHEZ

Zamora, 1 enero 1990

Primera Parte

¿QUIÉN ES DIOS Y QUIÉN SOY YO?

¿Quién es Dios? Por la Escritura Santa sabemos que Dios es *«el que es»* (Ex. 3,14), el ser por esencia, el que existe por sí mismo, el «Ser increado que existe antes que todo lo demás» (S. Ireneo), el que ha existido siempre, existe y existirá. Él nos habla diciendo:

–*«Yo soy el primero y el último, y no hay otro Dios fuera de Mi»* (Is. 44,4)-

–*«Yo soy el Señor, el que ha hecho todas las cosas»* (Is. 44,24), *«el que ha hecho al pequeño y al grande e igualmente cuida de todos»* (Sab. 6,7). *Él «es siempre el mismo y sus años no tienen fin»* (Sal. 102,28). *«Del Señor es la tierra y las cosas que ella contiene, el mundo y los que en él habitan»* (Sal.. 24,1)...

¿Quién soy yo? Soy hechura de Dios. *«Dios nos hizo y somos suyos»* (Sal. 100,3). *«Yo soy un gusanillo... un vil insecto»* (Job 25,6), *«polvo y ceniza»* (Gen. 18,27). Mi existencia delante de Dios es *como nada* (Sal. 39,6)...

¿Qué relación existe entre Dios y yo? Esta es una relación de dependencia. Nuestra exis-

tencia y cuanto somos y tenemos depende de Dios. *«¿Qué tienes que no hayas recibido de Dios? Y si lo recibiste ¿de qué te glorias como si no lo hubieras recibido?»* (1Cor. 4,7).

Esta dependencia de Dios está exigiendo de su parte *unos derechos,* y de mi parte *unos deberes* para con Él, o sea, unas *relaciones necesarias:*

- Dios es mi Creador, luego yo debo adorarle.
- Dios es mi Señor, luego estoy obligado a servirle.
- Dios es mi Bienhechor, luego debo darle gracias.
- Dios es mi Padre, luego debo amarle.

Ya cinco siglos antes de Cristo, Dios nos habló por el profeta Malaquías diciendo: *«El hijo honra a su padre y el siervo teme a su señor. Pues si yo soy Padre, ¿dónde está mi honra? Si Yo soy Señor, ¿dónde está mi temor?* (Mal. 1,6).

¡Oh hombre! ¿quién eres tú? (Rom. 9,20) que *te has ensalzado contra el Señor de los cielos?* (Dn. 5,23). *«¿De qué te ensorbebeces polvo y ceniza?»* (Eclo. 10,9) *y te atreves a decir: «No te serviré»* (Jer. 2,20).

* * *

¡Dios y yo! En la portada de este libro vemos a un joven pensativo y en adoración ante

Jesucristo en el sacramento del altar. Si todo hombre se ve como anonadado ante la grandeza, la omnipotencia de Dios Creador del universo, no menos debe humillarse ante la presencia de Dios hecho hombre, de ese Dios, de quien está escrito: *«No hay nación tan grande que tenga a sus dioses tan cercanos, como lo está de nosotros nuestro Dios»* (Dt. 4,7), y que ha querido humillarse tanto por nuestro amor hasta permanecer oculto en el Sagrario de nuestros altares bajo los accidentes del pan...

¿Cómo no humillarnos ahora ante el que tanto se ha humillado por nosotros para podernos elevar a las alturas de su gloria?

¡Dios y yo! ¿Quién es Él y quién soy yo? Dios infinito, yo nada. Dios omnipotente, yo la misma flaqueza. Dios la infinita sabiduría, yo la suma ignorancia... y Él es el que me ha creado y se cuida de mí...

¡Dios y yo!

Vamos a seguir pesando en la grandeza de Dios y en nuestra pequeñez para conocer mejor a Dios y conocernos también a nosotros mismos. A este fin sigamos preguntándonos:

¿Qué es el mundo ante Dios? y ¿quién es el hombre? En el segundo libro de la Sabiduría hay un bello pasaje en el que hallamos una

respuesta a estas preguntas. Después de decirnos que Dios es el creador de cuanto existe, dice: *«Todo el mundo es delante de Ti como un grano de arena en la balanza y como una gota de rocío de la mañana que cae sobre la tierra»* (11,23). Y aún más el profeta Isaías expresa el mismo pensamiento así: *«Todos los pueblos son delante de Dios como nada, son ante Él nada y vanidad»* (40,17).

Y ahora cada uno de nosotros podría decir: Si esto son todos los pueblos de la tierra ante Dios, ¿qué seré yo? Y sin embargo ese Dios infinito que podía despreciarme, no lo hace, sino que mira por mi y se cuida de mi y de todas las cosas existentes. ¿Por qué? Porque todas son suyas, todas las ha creado Él y nosotros somos hechura suya. Como dice San Agustín: «Nosotros existimos porque Dios es bueno y nos ama». En consecuencia, Dios es el creador y yo un ser insignificante dependiente de Él a quien le debo mi existencia.

Pero es de admirar que entre todos los seres creados, Dios ama especialmente al pecador, y *«hace como que no ve sus pecados por esperarlo a penitencia»*.

Él conserva nuestra vida y si nos manda a veces castigos es para recordarnos nuestros pecados y nos convirtamos y creamos en Él.

Dios, como dice el profeta Ezequiel, *no quiere la muerte del pecador, sino que se con-*

vierta y viva. Por tanto Dios no condena a nadie, y el que se condena es porque rechaza a Dios.

Bien merece que alabemos todos al Señor con el salmista *«porque es bueno, porque es eterna su misericordia»l.*

Abísmate ante la grandeza de Dios

Todo nos habla de Dios. La creación entera nos revela que Él es inmenso, omnipotente y eterno. La existencia de Dios es la primera verdad y el dogma fundamental de la religión verdadera.

La Biblia empieza diciendo: *«Al principio DIOS..».* Lo primero que se nos revela es la existencia de un Dios único que aparece antes que el mundo cuando no existía nada, sino solamente Él.

Dios es el Creador del mundo y del hombre. Él es el Ser supremo y eterno, *«el que es»* (Ex. 3,14), el Ser por esencia, el que ha existido siempre por sí mismo, del cual dependen todos los seres existentes.

Bien podemos decir con Newton, astrónomo, físico y matemático: «El orden admirable del sol, de los planetas y cometas es obra de un Ser Todopoderoso e inteligente... Quien niega la existencia de Dios merecería ser encerrado

en un manicomio». Esto es lo que dijo también Cicerón, escritor romano «¿Quién es tan necio que mirando al cielo, no sienta que existe Dios?...»

Podíamos hablar del testimonio elocuente de todos los astronautas en sus viajes a la luna, quienes vienen a decir con el comandante David Scott del Apolo XV: «El viaje a la luna ha reforzado nuestra fe en Dios».

Sólo un astronauta ruso Yuri Gagarin entre los cientos que han intervenido en sus viajes a la luna, dijo, llevado sin duda de su ideología: «No he visto a Dios en el espacio». A éste había que decirle: No, no lo has visto, ni lo puedes ver, porque es espíritu puro, pero puedes verlo en sus obras, en las maravillas de la creación, pues todas ellas nos hablan de la grandeza de Dios y de nuestra pequeñez.

Dios es grande, inconmensurable, todopoderoso...

Dios es insondable, mar sin fondo y sin orillas. Lo que nos impresiona al ver el mar es la inmensa superficie que se extiende ante nuestros ojos hasta el lejano horizonte. Y sabemos que todavía no termina allí y que en una u otra parte hay otras orillas y que en un punto u otro el mar tiene su límite, mas en Dios no

hay orillas ni límites, es un mar... inconmensurable. La esencia de Dios es insondable.

En muchas partes se ha medido el océano; los puntos más profundos lo son tanto como altas lo son nuestras mayores montañas. Se dice que el hombre que hasta ahora ha alcanzado la profundidad mayor, el americano Beebe, bajó en una bola de acero a mil metros de profundidad y vio muchas cosas prodigiosas; pero entonces hubo de volver, porque la presión del agua era demasiado fuerte.

¿Qué viene a ser la mayor profundidad del mar en comparación con las profundidades de Dios realmente insondables? Profundidades inabarcables, mundos siempre nuevos de maravillas: maravillas de bondad, de hermosura, de poder, de sabiduría..., planes y posibilidades para mil mundos, para miríadas de seres..., misterios que jamás podrá penetrar un espíritu creado...

La creación, un mundo de prodigios...

Y ¿qué prodigios son éstos? Prodigios de grandeza, de sabiduría, de belleza... Lo primero que nos llama la atención al dirigir una mirada al universo es su extensión «inconmensurable», las órbitas de los astros, los caminos que se han de recorrer (p.e. los de la luz) y las

velocidades inconcebibles con que son superadas estas distancias...

La grandeza y magnificencias infinitas de Dios se nos reflejan claramente en la creación. La Escritura dice: *«El firmamento anuncia la obra de sus manos»* (Sal. 19,2). ¡Cuán grande no es el globo de la tierra! Este tiene 40.000 kilómetros de circunferencia, 510 millones de kilómetros cuadrados de superficie. Y, sin embargo, el sol es más de un millón de veces mayor que la tierra.

La velocidad de la luz es de unos 300.000 kilómetros por segundo (que es la distancia que hay de la tierra a la luna); el rayo del sol necesita 8 minutos y 17 segundos para llegar a la tierra. El tren más rápido (tomando por base 180 kilómetros por hora) necesita recorrer el mismo camino unos cien años... La estrella fija más próxima (Alpha Centauri) dista del sol 272.000 veces lo que la tierra, es decir, dista más de cuatro años de luz, mientras que la tierra sólo dista 8 minutos, 17 segundos.

(El astrónomo cuenta por años luz: un año de luz es la distancia que el rayo de luz recorre en un año: más de 4 billones de kilómetros. Las más próximas constelaciones de la Vía Láctea están a 10.000 años luz...)

Ozanán cuenta que *Ampére,* el gran investigador, al hablar de Dios inclinaba su ancha frente entre las manos y exclamaba: «¡Qué

grande es Dios, Ozanán, qué grande es Dios!, y nuestro saber es nada.

¿Podremos comprender quién es Dios?

Nosotros podemos conocer a Dios, pero no comprenderle. San Pablo dice que *«lo invisible de Dios se hace cognoscible en las cosas creadas»* (Rom. 1,20); pero con todo esto no alcanzamos a *comprender* a fondo qué sea Dios, y esto es debido a que Él es infinito y nuestro entendimiento es débil y limitado.

Como no se puede abarcar con un pequeño vaso toda el agua del mar, así tampoco, con limitado entendimiento, podemos comprender la infinita Majestad de Dios, y así dice Job (36,26): *«Mira que Dios es grande sobrepuja nuestra sabiduría»*. Y San Pablo: (1 Cor. 2,11) *«Nadie sabe lo que hay en Dios sino el Espíritu de Dios»*. Por tanto mucho menos podemos nosotros declarar con palabras lo que es Dios.

La Sagrada Escritura en otro lugar dice: *«Si quisiéramos dignamente alabarle, jamás llegaríamos, porque es mucho más grande que todas sus obras... Cuando alabáis al Señor, alzad la voz cuanto podáis, que está muy por encima de vuestras alabanazas. Los que le ensalzáis, cobrad nuevas fuerzas; no os rindáis, que nunca llegaréis al cabo. ¿Quién le vio y puede*

darle a conocer, y quién puede engrandecerlo tanto como Él es?» (Eclo. 43,30-35).

¿Quién no se asombrará ante la grandeza de Dios? Si grandes son sus obras, ese espacio tan inconmensurable, de que ya hablamos, y que se mueven los astros, si tan grandiosa es la creación, ¡cuán grande y excelso no tiene que ser su Creador, que llamó de la nada al ser a estos mundos sin columnas ni apoyo y a cada uno le señala su camino! El salmista dice: «*Él cuenta el número de las estrellas y llama a cada una por su nombre. Grande es Yahvé, grande su poderío, y su inteligencia es inenarrable*» (Sal. 47,4-5).

Llenos de asombro y reverencia debemos decir: A Ti, gran Dios, te alabamos; a Ti, Señor, a tu gran poder ensalzamos; ante Ti se inclina la tierra y admira tus obras.

Aprende a hablar con Dios

Decir «aprende a hablar con Dios» es lo mismo que decir «aprende a orar», porque «oración es hablar con Dios», con ese Dios grande y eterno, inconmensurable y todopoderoso.

Todos los hombres tenemos que vivir relacionados con Dios, porque somos hechura suya y dependemos de Él, y a Él debemos orar

con frecuencia, esto es, tratar íntimamente con Él, amarle, suplicarle, pedirle bienes y darle gracias por los beneficios recibidos... Él es nuestro Padre y nos ama. Jesucristo nos enseñó a llamarlo así al decir que orásemos diciendo: *«Padre nuestro...»*...

Los santos nos dicen que «oración es elevación de la mente a Dios», es decir, tenemos que despegar el alma de la tierra y elevarla hacia Dios.

Dios que nos ha creado, *nos ha señalado un número contado de días, y nos ha dado el dominio sobre las cosas de la tierra. Él es el que nos ha dado ojos para ver la grandeza de sus obras y nos ha dado lengua para alabar su santo Nombre... y nos dice: «Guardaos de toda iniquidad»* (Eclo. 17,3s).

También leemos en la Biblia: *«Teme a Dios y guarda sus mandamientos. Esto es el hombre todo»* (Ecl. 12,13), es decir, ésta es la razón del ser del hombre, para esto ha sido creado para amar y servir Dios cumpliendo sus santos mandamientos, y uno de los medios, el más seguro para observarlos fielmente es el recuerdo de la presencia de Dios.

Bien podemos decir que el hombre ha sido creado para orar, como lo ha sido para hablar y pensar, pero lo ha sido especialmente para orar. ¿Cómo puedes pasar tu día en oración?

– Al despertar ponte con respeto ante

Dios, actúate en su presencia. Él lo ve todo. Haz la señal de la cruz diciendo: «En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo».

– Di después: «Te doy gracias, Señor, por haberme creado, redimido, hecho cristiano... y conservado hasta el presente...». Puedes rezar un Padrenuestro... y luego di desde el fondo de tu corazón: «Oh, Dios, ten piedad de mi pecador»...

– Hay que mantener la oración a lo largo de todo el día... vg. con versos del Salterio, según las necesidades: «Dios mio, ven en mi auxilio». «Señor, date prisa en socorrerme.» «Crea en mi un corazón puro»... u otras jaculatorias: «Jesús mío, os amo». «Jesús mío, misericordia»... Y esto lo puedes hacer al salir de casa, al ir por la calle...

– Vigila la lengua, lleva una vida austera... La charlatanería es la gran enemiga de la oración. Tenemos que dar cuenta a Dios de toda palabra inconsiderada (Mt. 12,36). *«El que no peca con la lengua es persona perfecta»* (Sant. 3,2).

– Ofrece a Dios el trabajo... hazlo todo por agradarle... Y puedes fácilmente actuarte en la presencia de Dios, sin perder tiempo trabajando, vg. decir en algunos momentos: «Señor, todo por ti», «ayúdame a llevarlo bien», etc... San Basilio decía: «Aquel que obra bien, está orando siempre».

Veamos algunos dichos de los ancianos, monjes del desierto:

– Dijo el abad a Moisés: «Si el hombre no acompaña su trabajo con la oración, trabaja en vano».

– El abad Evagrio decía: «La oración sin distracción es una gran cosa; pero mayor es la salmodia sin distracción».

– Otro anciano dijo: «La oración asidua cura enseguida el alma». «Si no vigilamos nuestro exterior, es imposible guardar nuestro interior». «Aprende a orar y vencerás a todos los malignos espíritus que te pueden asaltar»...

– Uno de los Padres decía: «Es imposible que uno vea su rostro en un agua turbia. Tampoco el alma si no se purifica de pensamientos extraños, no puede contemplar a Dios en la oración».

– San Basilio dice: «Tu oración debe reunir cuatro elementos: Adoración, acción de gracias, confesión de los pecados y petición de salvación...».

– Juan Pablo I en los días de su breve pontificado dijo: «Es propio de los teólogos hablar de Dios, pero ¿cuántos hablan con Dios?».

Vive bajo la mirada de Dios

Vivir bajo la mirada de Dios es una de las

ideas más grandes que toda persona humana puede y debe tener por cuanto es hechura de Dios, de quien depende en todo su ser. *«Él nos da a todos la vida, el aliento y todas las cosas, y no está lejos de nosotros, porque en Él vivimos, nos movemos y existimos»* (Hech. 17,25 y 28).

«Los ojos de Yahvé están en todas partes, observando a los buenos y a los malos» (Prov. 15,3). *«Los ojos del Señor son mil veces más claros que el sol y ven todos los caminos de los hombres y penetran hasta los lugares más escondidos. Antes que fueran creadas todas las cosas, ya las conocía Él, y lo mismo las conoce después de acabadas»* (Eclo. 23,28-29).

«Por mucho que uno se esconda en escondrijos ¿no lo veré yo? ¿No lleno Yo los cielos y la tierra?, dice el Señor (Jer. 23, 23-24).

«Oh Dios... ¿a dónde huir de tu presencia? Si subiera a los cielos, allí estás tú; si bajare al abismo, allí estás presente... Si dijere las tinieblas me ocultarán, tampoco las tinieblas son oscuras para Tí, y la noche luciría como el día, pues las tinieblas son como luz para ti» (Sal. 139,7 ss)-

«Toda alma entregada a Dios está deseosa de vivir, en cuanto es posible, en este mundo, en un recuerdo continuo de Dios. San Basilio pone ante sus ojos este principio fundamental: «Hay que llevar por todas partes, con uno mis-

mo, el santo pensamiento de Dios, impreso en nuestras almas como un sello indeleble gracias a un recuerdo puro y constante». Por eso el monje (y tantas otras almas) renuncia al matrimonio, se retira a la soledad, abandona la vida del mundo y sus múltiples ocupaciones y desea vivir en el silencio y el recogimiento» (P. Deseille).

«La presencia de Dios es un remedio contra todos los males» (S. Basilio)

Un día que el abad Efrén pasaba por la ciudad, una prostituta que había sido enviada por alguno, empezó a hablarle, deseando, si fuera posible, arrastrarlo al pecado, y si no lo conseguía, por lo menos inducirlo a la ira, ya que nadie le había visto nunca airado, ni tampoco disputar con otra persona.

Él le dijo: «Sígueme». Y la llevó a una plaza llena de gente donde le dijo: «Ven aquí para que satisfaga tus deseos». Ella, al ver tanta gente, dijo: «¿Cómo vamos a fornicar aquí, delante de tanta gente? Sería muy vergonzoso». Y el abad le respondió: «Si te avergüenza delante de los hombres, ¿cuánto más debemos avergonzarnos delante de Dios que *«ilumina los secretos de las tinieblas*?» (1 Cor. 4,5). La mujer se retiró avergonzada y sin poder lograr sus perversos propósitos.

Preguntó uno al abad Antonio: «¿Qué debo hacer para agradar a Dios? El anciano le res-

pondió: «Guarda esto que te mando: Donde quiera que vayas: Ten siempre a Dios presente ante tus ojos; busca la aprobación de las Sagradas Escrituras, y donde quiera que mores, no cambies fácilmente de lugar. Guarda estas tres cosas y te salvarás.

Dijo un anciano: «El cuidado por agradar a los hombres (o el buscar la gloria humana) hace perder todo el aprovechamiento espiritual y deja al alma seca y descarnada».

Trastorno del plan de Dios

Dios, al crear al hombre, se propuso estas dos cosas: Que el hombre viviese en amistad y familiaridad con Él, y que el hombre viviese también amistosamente en sociedad con los demás hombres, y se multiplicase sobre la tierra. ¿Qué es lo que trastornó el plan o designio de Dios? Fue el pecado, porque éste se interpuso o atravesó entre Dios y el hombre, y por él quedaron rotas la amistad con Dios y las relaciones entre los hombres.

1º **Por el pecado el hombre rompió su amistad con Dios.** Adán y Eva gozaban de la familiaridad divina (Gén. 2,25), pues «desnudos en el paraíso», «vivían como los ángeles de Dios sin ruborizarse» (S. Crisóst.) y se comunicaban con Él; mas una vez que desobedecieron a

Dios comiendo del árbol prohibido, reconocen su infidelidad y *«se esconden de Yahvé su Dios entre los árboles»* (3,8). Entonces Dios le dice:

«Adán, ¿dónde estás?, es decir, ¿a qué estado te ha reducido tu pecado? De Adán, por su desobediencia, partió la iniciativa de apartarse de Dios, y así oponerse consciente y deliberadamente a su mandato, y por este pecado lo arrojó del paraíso.

El pecado aparece claramente como una ruptura de la amistad que existía entre el hombre y Dios.

2º **Por el pecado se rompen las relaciones entre los hombres.** Por el pecado vino la maldición de Dios sobre la tierra (Gén. 3,17) y surgen las desavenencias, los crímenes, las guerras y los castigos.

Recordemos que apenas pecan Adán y Eva, ya el mismo Adán aparece acusando a su mujer, la que Dios le había dado por compañera (Gén. 2,18). Esta ruptura se extiende luego a los hijos de Adán, y aparece el crimen de Caín... y más tarde nuevas rebeldías de los hombres con su Dios... y por la corrupción de la tierra Dios manda el diluvio (Gén. 6).

Todos los males son consecuencia del pecado.

Antes de hablar de la reconciliación del hombre con Dios, vamos a contestar a esta pregunta: ¿Quiénes son ahora los que nos ins-

tigan al pecado? Estos son: el demonio, el mundo y la carne, y ellos son los que tienden a romper nuestras relaciones con Dios.

El diablo anda suelto

Este es el título de un libro que he escrito, y en el que puede verse como el demonio que lleva estos nombres: *«el dragón grande, la serpiente antigua, el diablo, Satanás»*, es el instigador de todos los desórdenes existentes, de todas las guerras, de los crímenes y acontecimientos adversos que turban la paz en el mundo.

La Escritura Santa nos habla con frecuencia de la existencia del demonio, espíritu malo, enemigo de Dios y de los hombres. *«Por envidia del diablo, entró la muerte en el mundo»* (Sab. 2,24).

En el Evangelio vemos que Jesús hizo trece curaciones de endemoniados y confirió a los apóstoles el poder de expulsar demonios...

Veamos ahora algunas sentencias de los monjes del desierto (y algunas de ellas expuestas con cierto gracejo):

– Un anciano vino a ver a otro anciano y mientras hablaban, uno de ellos dijo: «Yo estoy muerto al mundo», y el otro le contestó: «No te fíes de ti, hasta que hayas salido de este

cuerpo, pues aunque tu digas de ti que estás muerto, Satanás no está muerto».

– Un Hermano preguntó a un anciano: «¿Por qué nos atacan los demonios?» El anciano le respondió: «Porque abandonamos nuestras armas, que son los ultrajes, la humildad, la pobreza y la paciencia».

– El diablo transformado en ángel de luz se apareció a un hermano, y le dijo: «Soy el ángel Gabriel y he sido enviado a ti». Pero el hermano le contestó: «Mira que no sea que te hayan enviado a otro, porque yo no soy digno de que me envien un ángel». Y el demonio desapareció al momento.

– Decían los ancianos: «Aunque se te aparezca de verdad un ángel, no le acojas fácilmente, sino humíllate, diciendo: «No soy digno de ver un ángel yo que vivo en pecado».

– Los demonios quisieron engañar a un anciano y le dijeron: «¿Quieres ver a Cristo?» y él respondió: «Malditos vosotros y vuestras palabras. Yo creo en el Cristo mío que nos dijo: *«Entonces si alguno os dice: Mirad el Cristo está aquí o allí, no lo creáis»* (Mt. 24,23). Al oir esto, los demonios huyeron.

– El diablo no puede nada contra los que viven ocupados en las cosas de Dios. Los demonios combaten al que quiera orar...

– Contaba el abad Casiano, que un monje que vivía en el desierto había pedido a Dios la

gracia de no dormirse cuando se ocupaba en asuntos de su alma, y sucumbir inmediatamente al sueño si le venían palabras de odio o de maledicencia para no escuchar ese veneno.

Decía el anciano que el diablo se afana por hacer decir a los hombres palabras ociosas y es el enemigo de toda doctrina espiritual, y para explicarlo ponía este ejemplo: «Un día yo hablaba de cosas provechosas para el alma con mis hermanos y se durmieron profundamente que no podían ni levantar los párpados de sus ojos. Deseando hacerles caer en la cuenta de que era el demonio, empecé a hablar de cosas vanas y en seguida se sacudieron muy alegres el sueño. Y gimiendo les dije entonces: «Hasta ahora hemos estado hablando de cosas del cielo y todos vuestros ojos estaban dominados por un profundo sueño, pero cuando se trató de cosas vanas, en seguida os pusisteis a escuchar: Por eso, queridos hermanos, sabiendo que es cosa del demonio, vigilad y tened cuidado de no ser presa del sueño cuando escucháis o hacéis alguna cosa espiritual».

¿Qué es el mundo?

Para dar una respuesta adecuada a esta pregunta conviene que sepamos que la palabra «mundo» tiene estas acepciones: 1) El mundo

creado por Dios (cielos y tierra...); 2) el mundo compuesto por los hombres a los que Dios ama, o sea, a los redimidos por Cristo (Jn. 3,16-17), y 3) el mundo de los hombres malos y perversos de los cuales Satanás es el Príncipe (Jn. 12,31).

Aquí hablamos de este mundo que se opone a Cristo y a su Evangelio, y tiende a inducirnos al pecado y así apartarnos de Dios, rompiendo toda relación que nos une con Él.

El Evangelista San Juan dice que las cosas del mundo malo que el cristiano ha de aborrecer, porque hacen que el corazón del hombre se aleje de Dios son: *concupiscencia de la carne, concupiscencia de los ojos y soberbia de la vida* (1Jn. 2,16).

De estas tres concupiscencias, dice Santo Tomás, derivan, como de tres raices, todos los pecados... Amar el mundo y sus cosas es una locura, porque, como dice el apóstol *«el mundo pasa y también sus concupiscencias»* (1 Jn. 2,17), en cambio, el fiel que cumple la voluntad de Dios participa de su eternidad. La fugacidad de las cosas mundanas es un motivo más para evitar el amor del mundo. (Véase mi libro: *«El mundo y sus peligros. Vanidad de vanidades»*.)

El lenguaje de la carne

Cuando decimos que la carne es uno de los enemigos de nuestra alma, entendemos por carne «nuestro mismo cuerpo con sus pasiones y malas inclinaciones».

La concupiscencia de la carne abarca todos los apetitos y deseos propios que emanan de la carne, o sea, de nuestra naturaleza humana corrompida, como son la lujuria y también los apetitos desordenados de la comida, de la bebida, de los placeres mundanos y toda aspiración al bienestar sensible...

San Juan de Avila dice: «La *carne* habla de regalos y deleites, unas veces claramente y otras bajo el título de necesidad... y muchos han sido vencidos por los deleites, que no lo fueron antes por riquezas, ni honras ni recios tormentos... Quien de esta batalla quisiera salir vencedor, le conviene ir armado de muchas y muy fuertes armas, porque la preciosa joya de la castidad no se da a todos, sino a los que con muchos sudores de importunas oraciones la alcanzan de nuestro Señor», añadiendo *sus trabajos y esfuerzos...* Para vencer hay que *querer,* hay que esforzarse apoyado en Dios, porque sin Él no podemos nada.

Si uno vive en gracia, o sea, en amistad con Dios, para no romper esta relación con Él,

para conservar la pureza, hay que *castigar la carne,* tratándola con aspereza...

Veamos algunas sentencias de los antiguos monjes o padres del desierto:

– El abad Sisoes dijo: «Despréciate a ti mismo, arroja fuera de ti los placeres, libérate de las preocupaciones materiales y encontrarás el descanso».

– El abad Pambo preguntó al abad Antonio: ¿Qué debo hacer? El anciano contestó: «No confíes en tu justicia; no te lamentes del pasado, y domina tu lengua y tu gula».

– «Para mi es monje aquel que se hace violencia en todo» (Abad Zacarías).

– Por el ayuno, el cuerpo desecado del monje eleva su alma de su bajeza y seca la fuente de los placeres» (Abad Hiperiquio).

– El monje casto será honrado de la tierra y coronado por el Altísimo (Id.).

– El ayuno es el freno del monje contra el pecado (Id.).

– Un hermano preguntó a un anciano: «¿De dónde vienen mis tentaciones de impureza?». Y el anciano respondió: «De comer demasiado y dormir demasiado».

– Decía el abad Teodoro de Fermo: «Si un amigo tuyo cae en pecado de impureza si puedes dale una mano y levántalo. Pero si cae en un error contra la fe y no te escucha, apártate enseguida, rechaza su amistad, no sea que

si te demoras te arrastre con él al abismo».

– El abad Antonio decía: «Pienso que en el cuerpo existen movimientos carnales naturales. No operan si no se consiente en ellos, y se manifiestan en el cuerpo tan sólo como un movimiento sin pasión. Hay otros movimientos en el cuerpo que fomentan y alimentan con la comida y la bebida y con ellas se excita el calor de la sangre para actuar. Y por eso dice el apóstol: *«No os embriaguéis con vino, que es causa de libertinaje* (Ef. 5,18). Y también el Señor en el Evangelio dice a sus discípulos: *«Guardaos de que no se hagan pesados vuestros corazones por el libertinaje y la embriaguez»* (Lc. 21,34).

Finalmente se da otra especie de movimientos carnales entre los que luchan en la vida monástica: provienen de las insidias y de la envidia del demonio.

Conviene, pues, saber que existen tres clases de movimientos carnales. Unos de la naturaleza, otros de la abundancia en el comer; los terceros del demonio.

– Un padre vino un día al abad Teodoro y le dijo: «Un hermano se ha vuelto al mundo. No te extrañe de eso, le respondió el abad Teodoro. Admírate, si oyes alguna vez que un hermano consiguió huir de las garras del enemigo».

El mismo abad Teodoro decía: «Muchos

eligen descansar aquí abajo, antes que Dios les conceda el descanso».

– Decía el abad Pastor: «Intenta con todas tus fuerzas no hacer mal a nadie y guarda tu corazón casto para con todos».

– El camino de Dios consiste en hacerse violencia en *todo*.

Reconciliación del hombre con Dios

Como ya vimos anteriormente, la causa de haber quedado rotas nuestra amistad con Dios y las relaciones entre los hombres, fue el pecado, y sabido es que *«pecado es la transgresión de la ley de Dios»* (1 Jn. 3,4).

El pecado es un gran mal, y el mayor de todos, porque se opone al fin último para que Dios nos ha creado. Para saber qué es pecado, basta atender a lo que nos manda o prohibe la ley de Dios. Todo pecado supone necesariamente dos cosas: Una ley terminante de parte de Dios, y una desobediencia terminante de parte del hombre.

Dios dice: No blasfemes, no robes, no mates, no cometas actos impuros, obedece a tus padres, etc. Si el hombre dice: *No quiero...* Al no obedecer el mandato de Dios, comete un pecado, se aparta de Dios y por el pecado queda rota su relación de dependencia de Dios...

Y ahora preguntamos: ¿Quién puede realizar la reconciliación del hombre con Dios? La reconciliación del hombre pecador con su Dios ofendido sólo podía realizarla el mismo Dios, su bondad infinita.

Dios en su justicia podía haber aniquilado al hombre, una vez que le ofendió pecando, pero su amor de Padre es inmenso, y su bondad sin límites terminaría por imponerse y no destruiría su obra, antes bien vencería al mal con el bien (Rom. 12,22).

La iniciativa de la reconciliación vino de Dios misericordioso y ya aparece en el Protoevangelio o primera nueva de salvación anunciada al hombre en el paraíso (Gén. 3,15).

Esta «Historia de salvación» continuaría después a través de Noé... y más tarde de un modo especial con la elección de Abraham, de cuya descendencia había de nacer el Mesías *en quien serían benditas todas las naciones de la tierra.* Este descendiente es Jesucristo. El autor, pues, de toda reconciliación es JESUCRISTO. Jesucristo es el Dios que se hizo hombre y vino redimirnos.

Para conocer bien a Jesucristo leamos frecuentemente su Evangelio...

¿Por qué sólo Jesucristo pudo reconciliarnos? Sólo Él pudo reconciliarnos:

– Porque Él mismo no tiene pecado (Jn. 8,46; 1 Jn. 3,5), y Él es el que quita el pecado del mundo (J. 1,29).

– Porque Él es la luz del mundo, la luz pura en quien no hay tinieblas (Jn. 1,5; 8,12), y es el que puede disipar toda sombra de pecado.

– Porque Jesucristo es «uno» con Dios su Padre (Jn. 10,30), y sus sufrimientos expiatorios tienen un valor infinito.

Esta obra de reconciliación es obra del amor de Dios: *«Tanto amó Dios al mundo que le dio a su Unigénito Hijo... para que el mundo sea salvo por Él (1 Jn. 3,16-17).*

«Cristo murió por todos», dice San Pablo (2 Cor. 5,15) y *«se entregó a Sí mismo por la redención de todos»* (1 Tim. 2,6). *«Por Adán entró el pecado en el mundo... y ahora por el segundo Adán, Cristo, es por quien recibimos la reconciliación»* (Rom. 5), y Él es el que nos ha confiado el misterio de la reconciliación (2 Cor. 5,18).

Jesucristo fundó su Iglesia para restaurar la vida de amistad con Dios y de los hombres entre sí. Él es el que *quiere que todos los hombres se salven* (1 Tim. 2,4)... y a este fin ha instituido los sacramentos, canales por donde llega a nosotros la gracia por la que nos hacemos ami-

gos de Dios..., especialmente el sacramento de la penitencia, para que confesando nuestros pecados quedemos reconciliados con Dios. Dios quiere salvarnos, pero el hombre tiene que cooperar poniendo los medios de salvación.

En consecuencia:

– La gracia es señal de amistad entre Dios y el hombre.

– El pecado es ruptura de esta amistad y desavenencia entre los hombres.

– Nuestro deber de cristianos ha de ser éste: Huir del pecado para vivir en gracia, tener dominio de las pasiones y dar verdadero testimonio de vida cristiana.

El salmista nos enseña a implorar la ayuda del Señor: *«Nuestro auxilio nos viene del Señor que hizo el cielo y la tierra»* (Sal. 120,2).

Segunda parte

TENDAMOS A LA PERFECCIÓN

Sabemos que el pecado mortal es el que causa la ruptura entre Dios y el hombre, y por tanto nuestro deber es cumplir fielmente sus mandamientos, a través de los cuales se nos manifiesta su divina voluntad y como la voluntad de Dios es nuestra santificación (1 Tes. 4,3) y Jesucristo nos dice: *«Sed perfectos, como vuestro Padre celestial es perfecto»* (Mt. 5,8), se impone el que todos tendamos a la perfección cristiana.

Esta llamada de Cristo a la perfección es común a todos (Mt. 5,48; LG. 32). Todos, pues, podemos y debemos ser perfectos en la medida que nos es dado.

La perfección consiste en imitar a Jesucristo, nuestro «modelo de perfección» (LG. 40), que nos manda y enseña a amar a Dios y al prójimo.

La perfección cristiana exige que todo lo hagamos por Dios: lo fácil y lo difícil, lo que gusta y lo que no gusta, esto es, trabajar por

Él, descansar por Él, recrearse por Él... porque Él lo ha dispuesto así...

Santo Tomás nos dice: «La esencia de la perfección consiste en la caridad», principalmente en el amor a Dios, y de modo secundario en el amor al prójimo. San Francisco de Sales se expresa así:

«No oigo sino hablar de perfección, y veo son muy pocos los que la entiendan y practiquen bien. Cada cual fabrica una perfección a su modo y según sus inclinaciones particulares: unos la ponen en la austeridad del vestido; otros en la frecuencia de sacramentos, en la oración o en la multiplicidad de oraciones...; pero todos se engañan, pues aunque todas esas cosas son en sí mismas buenas y santas, poner precisamente en ellas mismas la perfección, es tomar los medios por el fin, o los efectos por la causa.

Por lo que a mi toca, añade el santo, no sé si conozco otra perfección que «amar a Dios de todo corazón y al prójimo como a mí mismo». Sin esto toda perfección es una perfección falsa y de puro nombre, y todas las perfecciones juntas, sin el amor de Dios, me parecen como un montón de piedras».

Ahora nos vamos a fijar en lo que nos ayuda más bien a la perfección por ser ésta la que nos une más con Dios y puede conducirnos a la llamada vida contemplativa.

A este fin expondré algunos testimonios especialmente de los llamados monjes del desierto.

Sé decidido en ir por el camino del bien

Si deseas salvar tu alma y conseguir la vida eterna, sacude tu pereza, haz el signo de la cruz y dí: «En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo», y ¡adelante!

En el momento que tomes la decisión de dejar el hombre viejo, el hombre pecado, de las pasiones, hay que comenzar una vida nueva con decisión e ir por caminos nuevos. Levantaos, pues, con decisión y decid: «Señor, concédeme la gracia de comenzar de nuevo. ¡Ayúdame!». Perseverad en la decisión y no miréis hacia atrás como la mujer de Lot, que quedó convertida en estatua de sal (Gén. 19,26).

Hay pocos santos, porque hay pocos decididos para romper con toda clase de pecados. Hay que ser hombres de voluntad firme y heróica para caminar por la senda de la virtud.

Apóyate en Dios. Él sólo puede dar la victoria. Todos los Santos Padres de la Iglesia nos dicen a una sola voz: «La primera cosa que hay que aprender en la vida espiritual es que nunca jamás se puede apoyar el alma en sus

propias fuerzas. El combate que vas a afrontar es extraordinariamente arduo, y las solas fuerzas humanas son absolutamente insuficientes para afrontarlo con éxito. Si te fías de ti mismo serás derrotado inmediatamente, y perderás todo deseo de continuar la lucha. Sólo Dios puede darte la victoria, según sus deseos».

Emplea bien la libertad. Dios te ha dado la libertad para el bien. Empléala como Dios quiere. Que esa tu libertad no esté encadenada por los estrechos límites del amor a ti mismo y tus caprichos: «Ahora tengo ganas de beber..., ahora tengo ganas de salir..., ahora tengo ganas de leer el periódico...». A cada momento tus propios deseos te llevan como de brida, y si se te presenta el menor obstáculo, te exasperas inmediatamente y te dejas arrastrar de impaciencia y de cólera» (T. Colliander).

El camino de los santos es imitar a Cristo

Este es uno de los secretos de los santos: imitar a Cristo. «Un cristiano debe portarse como se portó Cristo» (1 Jn. 2,6), que nunca buscó su voluntad (Jn. 5,30), sino que nació sobre paja, ayunó 40 días, pasó largas noches en oración, curó enfermedades, expulsó demonios, no tenía donde reclinar la cabeza, y, finalmente, fue cubierto de salivazos, azotado y

crucificado». Piensa qué lejos estás de todo esto...

El camino de los santos es vencimiento, acostumbrarse a llevar la cruz, y a dejarte a veces que te insulten y golpeen sin resistirse...

Tienes que desnudarte de todo afecto terreno..., rechazar todo lo que proporciona gozo y placer, todo lo que distrae o halaga a los ojos y demás sentidos... No hay que ser del mundo, y a este fin hay que ir dejando a un lado todo aquello a que estamos apegados y que nos proporciona satisfacciones terrenas...

Los santos nos dicen que cuando hayas tomado conciencia de tu miseria, de tu pobreza, de tu malicia y hayas descubierto la negrura de tu corazón, sin duda gritarás al Señor como el publicano: *«¡Oh Dios, ten compasión de mí, pobre pecador!»* (Lc. 18,13), y es más, perderás todo deseo de juzgar a tu prójimo, pues no podrás notar los pecados de los demás siendo los tuyos tan grandes. Cuando tiendas con fervor a la perfección comenzarás a descubrir la imperfección.

Sólo el que perseverase hasta el fin se salvará (Mt. 10,22), y no aquellos que se desaniman y son perezosos. No debemos, pues, cansarnos nunca... Detenerse es dar marcha atrás...

Sé amante del silencio y del recogimiento

– En el silencio y el recogimiento el alma hace progresos (Kempis).

– El arzobispo de Alejandría, Teófilo, vino un día al encuentro del abad Pambo y esperó mucho tiempo en vano una palabra del anciano. Los hermanos presentes creyeron en el deber de intervenir en favor del Prelado: «Di una palabra edificante a su Excelencia». Y escucharon esta severa respuesta: «Si no se edifica por mi silencio, tampoco se edificará por mis palabras».

– Un anciano dijo: «El desprendimiento, el silencio y la meditación en secreto engendran pureza».

– Un hermano preguntó a un anciano: Indícame una cosa para que la guarde, para que viva por ella. Y el anciano le dijo: «Si puedes ser injuriado y soportarlo, es una gran cosa que sobrepasa a todas las virtudes».

– Unos monjes alabaron a un hermano delante del abad Antonio. Cuando éste fue a visitarle, quiso probarlo viendo si soportaba una injuria. Y cuando vio que no, le dijo: «Te pareces a una casa con una fachada hermosa, que por detrás está desvalijada por los ladrones».

– Los hombres cuando hablan parecen perfectos. Al cumplir lo que dicen no lo son tanto» (Abad Pastor).

– Un hermano preguntó al abad Pastor: «Si veo una cosa, ¿crees que debo decirla?». El anciano respondió: Escrito está: *«El que responde antes de escuchar se busca necedad y confusión»* (Prov. 18,13). Habla si te preguntan. Si no te preguntan, calla».

«No vivas en un lugar donde veas que existen algunos que te tienen envidia. No harás allí ningún progreso en la virtud». «La prueba es un bien. Las pruebas hacen a los hombres más experimentados». «El mal nunca ha expulsado el mal. Si alguno te hace algún mal, hazle tu un bien, para destruir el mal con tu buena acción». «El que se queja no es monje. Devolver mal por mal no es propio de un monje. El iracundo no es monje».

– Cualquiera que sean tus penas, callando las superarás».

– El abad Antonio dijo: «Los peces que se detienen sobre la tierra firme, mueren. Del mismo modo los monjes que remolonean fuera de su celda, o que pierden su tiempo con la gente del mundo se apartan de su propósito de la hesyquia (=tranquilidad o quietud). Conviene, pues, que nosotros lo mismo que el pez al mar, volvamos a nuestra celda lo antes posible, no sea que remoleando fuera, olvidemos la guarda de lo de dentro».

– Dijo también: «El que permanece en la soledad y la hesyquia, se libra de tres géneros

de lucha: la del oido, la de la palabra y la de la vista. No le queda más que un solo combate: el del corazón».

– Decía un anciano: «Un árbol no puede dar buen fruto si se trasplanta a menudo de un lugar a otro. Tampoco el monje que emigra con frecuencia puede dar fruto abundante».

– La Sagrada Escritura alaba el silencio; en él tiene uno pensamientos elevados. *«El que refrena su lengua es sabio»* (Prov. 10,49).

– El silencio es necesario para la oración; con el silencio es difícil faltar a la caridad...» (Hno. Rafael) (Véase mi libro: *«Valor del tiempo y del silencio»* donde recojo muchas máximas).

Domina la lengua y la gula

– Dijo San Gregorio Magno: «De todo bautizado Dios exige tres cosas: una fe recta para el alma; dominio de la lengua; castidad para el cuerpo».

– Nuestra verdadera vocación es dominar la lengua (Sisoes).

– El monje que no retiene su lengua en los momentos de la ira, tampoco dominará las pasiones de la carne cuando llegue el momento (abad Hiperiquio).

– El abad Agatón dijo: «El hombre irasci-

ble, aunque resucite muertos, no agrada a Dios por causa de la ira».

– Un hermano preguntó al abad Pastor: «¿Qué debo hacer, pues, cuando estás en la celda siento que me falta valor?». El anciano le dijo: «No desprecies ni condenes a nadie, no hables mal de nadie, y Dios te dará la paz, y tu vida será tranquila».

– Un hermano le preguntó también: «Si veo una falta de un hermano, ¿es bueno ocultarla?». Y le dijo el anciano: «Cada vez que tapamos el pecado de nuestro hermano, Dios tapa también el nuestro. Y cada vez que denunciamos las faltas de los hermanos, Dios hace lo mismo con las nuestras».

– Dijo un anciano: «Pide a Dios que ponga en tu corazón la compunción y la humildad. Ten siempre presente tus pecados y no juzgues a los demás. Sométete a todos y no tengas familiaridad con mujeres, ni con niños ni con herejes. No te fíes de ti mismo, sujeta la lengua y el apetito y prívate del vino. Y si alguno habla contigo de cualquier cosa, no discutas con él. Si lo que te dice está bien, di: «Bueno». Si está mal, di: «Tu sabrás lo que dices». Y no disputes con él de lo que ha hablado. Y así tu alma tendrá paz»...

– Sed sobrios y velad en la oración (1 Ped. 4,7)... evitad el alcohol... toda embriaguez... Medios que la Iglesia nos ofrece para «inmolar

tus miembros a la justicia santificante...» (Rom. 6,19)... Ten presente el dicho de Séneca: «Hay algunos que viven para comer; pero yo como para vivir».

– Un Padre decía: «Si nuestro hombre interior vigila, podrá cuidar al hombre exterior. Pero si no es así, ¿cómo podremos guardar nuestra lengua?».

No murmures ni juzgues ligeramente

– Un anciano dijo: «La vida del monje es el trabajo, la obediencia, la meditación, el no juzgar, no criticar, ni murmurar, porque escrito está: «Ama Yahvé a los que el mal detestan» (Sal. 96,10).

– Un anciano dijo: «No juzgues al impuro si eres casto, porque al hacerlo, tu también pisoteas la ley. Porque el que dijo: «No fornicarás», también dijo: «No juzgarás»...

– Es mejor comer carne y beber vino que comer la carne de los hermanos murmurando.

– «El monje no debe oir a los que hablan mal de otros, ni ser el mismo detractor, ni escandalizarse».

– «No te agrade todo lo que te digan, ni te prestes a cualquier conversación. Sé tardo para creer y pronto para decir la verdad».

– Decían algunos ancianos: «Al principio

cuando nos reuníamos para hablar cosas de provecho para nuestras almas, nos levantábamos más animados y nos acercábamos al cielo. Ahora nos reunimos para murmurar y nos arrastramos naturalmente al abismo».

– La Sagrada Escritura nos dice: «Maldice al murmurador y al de lengua doble, porque han sido la perdición de muchos que vivían en paz. La lengua maldiciente ha desterrado a muchos, y los arrojó de pueblo en pueblo» (Eclo. 28,15s).

– ¿Sabéis cuál es la causa de la murmuración? El respeto humano, la ligereza, la envidia... ¿Dijo uno mal de ti? No digas mal de él, siquiera para no imitarle. Si oyes murmurar de otro, puedes decir: «No le ama» (Gar-Mar).

¿Qué es la humildad?

– Humildad es el conocimiento claro de lo que somos sin añadir ni quitar nada (Balmes).

– Humildad es «andar en la verdad» y la verdad es que no tenemos nada bueno... (S. Teresa).

– Preguntaron a un anciano: «¿Qué es la humildad?». Y respondió: «Perdonar al hermano que ha pecado contra ti antes de que te pida perdón». Otro dijo: «Humildad es hacer bien a los que hacen mal», y el hermano insis-

tió: «Y si no alcanzo esas alturas, ¿qué debo hacer?». Y contestó el anciano: «Huye, y escoge el silencio».

– Los ancianos decían: «Cuando somos tentados humillémonos más aún. Pues entonces, Dios nos protege al ver nuestra debilidad. Pero si nos gloriamos, nos retira su protección y perecemos».

– Dijo un anciano: «Prefirieron un fracaso soportado con humildad que una victoria obtenida con soberbia».

– El hermano preguntó a un anciano: «¿En qué consiste el progreso de un hombre?» Y el anciano contestó: «En la humidlad. Cuanto más se abaja un hombre más se eleva a la perfección».

– Otro preguntó: «¿Cómo adquiere uno la humildad?». Y respondió: «Estando atento tan sólo a sus propias faltas». «La humildad no se enfada, ni enfada a nadie». (Ved mi libro: *«Para ser santo. Aprende a ser humilde»*).

Remedios espirituales

– Decía el abad Evagrio: –«La mente inestable y que divaga se consolida por la lectura, las vigilias y la oración. – El fuego de la concupiscencia se apaga con el ayuno, el trabajo y la vigilancia. – La cólera, fuente de perturbacio-

nes, se la reprime con salmos, dulzura y misericordia».

«Pero todos estos remedios deben aplicarse en el tiempo oportuno y en la medida conveniente; porque si no se aplican oportunamente y con medida aprovechan poco tiempo y lo que dura poco, hará más mal que bien.»

– Un anciano dijo al abad Evagrio al comenzar su vida monástica: «Si quieres salvarte, cuando vayas a ver a alguna persona no hables antes de que él te pregunte».

– Decía el abad Antonio: «Algunos han quebrantado su cuerpo a fuerza de abstinencia, pero su falta de discreción les ha alejado de Dios».

– Dijo un anciano: «No empieces a hacer nada sin que antes hayas examinado tu conciencia, para saber si lo que vas a hacer es según Dios». «De todas las virtudes la más excelente es la discreción».

– «El monje debe cada día, por la mañana y por la tarde, pensar qué he hecho y qué no he hecho de lo que Dios quiere. Así debe examinar el monje toda su vida y hacer penitencia. Así vivía el abad Evagrio».

Para tener paz. «Huye del hombre que en la conversación no cesa de discutir» (Abad Pastor).

– «Cuando estoy en la celda mi alma está en paz. Viene un hermano, me cuenta lo que

sucede fuera y se turba mi alma». «No te estimes a ti mismo, sino imita al fervoroso», y si el hombre cumple con su deber, no se verá turbado.

Obras, no palabras. «El verdadero sabio es aquel que enseña a los demás con sus obras, no con sus palabras» (Abad Hiperequios).

– Decía un anciano: «Las palabras solas no bastan. Hoy hay mucha palabrería en los hombres de nuestro tiempo. Pero necesitan obras. Estas son las que Dios busca, no palabras que no dan fruto». «El hombre que habla, pero no tiene obras, se parece a un árbol cubierto de hojas, pero no tiene frutos. Así como un árbol que está lleno de frutos, también tiene hojas, de igual modo el hombre que hace obras, hablará en consecuencia».

Dichos varios de los monjes del desierto

– El abad José preguntó al abad Pastor: «Dime cómo llegaré a ser monje». Y el anciano le dijo: «Si quieres encontrar la paz en este mundo y en el otro, di en toda ocasión: ¿Quién soy yo? y no juzgues a nadie».

– El abad Arsenio solía decir: «Un monje peregrino en un país extranjero no se mezcle en cosa alguna y tendrá paz».

– Un anciano decía: «Si quieres ser libre, o

huyes de los hombres, o te burlas del mundo y de los hombres. Y para ello tendrás que hacerte el loco en muchas ocasiones».

– «El tesoro del monje es la pobreza voluntaria. Atesora para ti, hermano, en el cielo. Allí se te concederá un descanso sin fin» (Abad Hiperiquio).

– Un anciano dijo: «No des ni recibas nada de la gente del mundo. No tengas trato familiar con mujeres ni demasiada familiaridad con los niños».

– Decían los ancianos: «Si ves a un joven subir al cielo por su propia voluntad, agárralo del pie y tíralo al suelo, pues no le conviene».

– «Si buscamos a Dios se nos aparecerá. Si lo retenemos se queda junto a nosotros» (Abad Arsenio).

– El abad Evagrio decía: «El comienzo de la salvación es condenarse a sí mismo».

– «Cuando más se acerca el hombre a Dios, más pecador se ve. Por eso, el profeta Isaías, al ver a Yahvé, decía: «¡Ay de mi que estoy perdido, pues soy un hombre de labios impuros!» (6,5).

– Decía el abad Antonio: «Yo ya no temo a Dios: Le amo porque «el amor perfecto expulsa el temor» (1 Jn. 4,18).

– Un filósofo preguntó a San Antonio: «Padre, ¿cómo puedes vivir contento si prescindes del consuelo que proporciona la lectura

de los libros?». El respondió: «Mi libro es la naturaleza de las cosas creadas por Dios. (El firmamento, el sol, la luna, las estrellas..., las flores, el campo... todo me está hablando de Dios.)

– A un anciano le preguntaron: ¿Qué hay que hacer para salvarse? El siguió tejiendo las palmas sin levantar los ojos de su trabajo, y contestó: «Lo que estás viendo».

– Se le preguntó a un anciano: «¿Cómo debe ser el monje? y contestó: «A mi modesto entender solo ante el Solo». Esto es algo parecido a lo que decía el abad Antonio: «Mientras el hombre no diga en su corazón: «Dios y yo», no tendrá paz ni descanso en su vida». «Dios y yo», todo lo demás son criaturas de Dios, y las ha creado para que me ayuden a conseguir mi fin. Mi fin no está en ellas, está en Dios.

– Un anciano dijo: «Es vergonzoso para un monje haber dejado sus bienes por el Señor, para ir al fin al infierno». «Desgraciado el hombre cuya reputación es mayor que sus obras». El hombre necesita esto: «Temer el juicio de Dios, odiar el pecado, amar la virtud y orar continuamente a Dios».

A Él pertenece el honor, la gloria y la soberanía por los siglos de los siglos.

Aprende a vencerte

Hay que ser hombres de carácter, de voluntad firme para no retroceder en el camino de la santidad, que es vida de gracia y supone vencimientos y sacrificio. Aprende, pues, a contrariar los caprichos de la propia voluntad. «¿Sientes necesidad de preguntar? No lo hagas. ¿Tienes ganas de tomar dos tazas de café? No tomes más que una. ¿Te viene la tentación de mirar por la ventana? No mires. ¿Estás ansiosa de hacer una visita, no necesaria? No la hagas, quédate en casa. Eso es perseguirse a sí mismo. Por este otro medio, con la ayuda de Dios, se hace callar la ruidosa voz de la voluntad propia...».

«Purificad vuestros corazones (Sant. 4,8). Esto es lo que nos dice el apóstol Santiago, y San Pablo nos pide que *«purifiquemos nuestra carne y nuestro espíritu de toda mancha»* (2 Cor. 7,1). Pues dice Cristo: *«Dentro del corazón del hombre salen los malos pensamientos: libertinajes, robos, asesinatos, adulterios, concupiscencia, perversidades, engaños, envidias, difamaciones, orgullo, sin razón. Todas estas cosas salen de dentro y hacen al hombre impuro»* (Mc. 7,21-23).

Fortifica la voluntad. Como explica Nicétas Atethatos, existen tres estados para el hombre. El *hombre carnal,* que quiere vivir para su

propio placer, aun con perjuicio de los otros. El *hombre natural* que quiere agradarse a sí mismo y a los demás al mismo tiempo. Y el *hombre espiritual,* que quiere agradar sólo a Dios, aun con detrimento propio.

El primero está por debajo de la naturaleza, el segundo se conforma a la naturaleza y el tercero está por encima de la naturaleza. Es la vida en Cristo. El hombre espiritual piensa espiritualmente. Hay que luchar contra los instintos de la carne (Gál. 5,17)... No te des descanso en la lucha contra las pasiones... (T. Colliander).

Sigue la vía estrecha

La santidad nos exige apartarnos del camino ancho, que conduce a la perdición... Es preciso extirpar el deseo de gozar... La Escritura nos dice que *son pocos los que siguen la vía estrecha que conduce a la vida,* y que debemos esforzarnos por seguirla *«pues muchos intentarán entrar y no lo conseguirán»* (Lc. 13,24)... Sé riguroso contigo, niega a tu ser carnal las migajas del placer que reclama obstinadamente... ¿De qué te servirán, por ejemplo, acostarte sobre el suelo, si al mismo tiempo buscas el placer de los baños calientes?... y cosas parecidas...

Debes aprender a amar las contrariedades, la pobreza, el sufrimiento, las privaciones... Tienes que aprender a seguir los mandatos del Señor: no decir cosas inútiles, obedecer siempre a la autoridad...

El Dios de misericordia nos lo impone: *«Si alguno quiere venir en pos de Mi, que se niegue a sí mismo»* (Mt. 16,24). El Señor lo deja así a voluntad de cada uno (*«si alguno quiere»*) y al esfuerzo personal (*«que se niegue a sí mismo»*).

El ayuno, la obediencia, la austeridad de vida, la atención, la oración, constituyen un conjunto de prácticas necesarias; pero sólo prácticas. Y toda práctica hay que ejecutarla con naturalidad, con calma, teniendo en cuenta la medida de las propias fuerzas (Lc. 14,28-32) y evitando toda exageración...

Si no vemos en nosotros frutos abundantes de amor, de paz, de alegría, de moderación, de humildad, de sencillez, de rectitud, de fe y de paciencia, todo nuestro trabajo es vano, como nos advierte San Macario... Debemos trabajar mirando a la cosecha, pero esta cosecha es obra del Señor.

En un corazón cristiano no debe haber rencor o venganza, ni debe uno inquietarse por sentir sequedad... La lluvia de las gracias viene de arriba, del espíritu del Señor... El hombre

debe mirar su miseria, dolerse de sus pecados y confiar en el Señor.

Ante la tentación, decir: *Dios mío ven en mi auxilio...* También la señal de la cruz es un arma contra los malos espíritus...

Seamos humildes. Un hombre humilde no puede ser molestado por los demás. Lo único que puede pasar es que a veces resulte incómodo para otros. Humíllate, evita ponerte delante de los demás, ocúltate. Entra en tu cuarto y cierra la puerta (Mt. 6,6), es decir, aun en medio del bullicio entra en tu interior... No pienses en las cosas terrenas, no hables de ellas, no te preocupes de ellas más de lo necesario...

Haz las cosas por agradar a Dios

Una vez más guarda silencio. Que nadie sepa lo que te pasa. Trabajas para el Ser Invisible. Que tu trabajo sea invisible... Obremos con discreción. De dos males escoge el menor. Si estás solo escoge lo que sea más humilde; pero si alguno te mira, elige el camino medio, a fin de llamar la atención lo menos posible. Permanece tan escondido y desapercibido como te sea posible; que ésta sea tu regla en toda ocasión.

No hables de ti mismo; no cuentes cómo has dormido, qué sueños has tenido qué cosas

te han sucedido. No des tu parecer sin que te lo pidan, ni hagas confidencias sobre tus preocupaciones y problemas...

No busques ni los puestos ni los títulos; cuanto más humilde sea tu ocupación y más al servicio de los demás, más libre serás... No tengas prisa en hacer valer tus conocimientos y tu habilidad. Guárdate de hacer observaciones; no digas si hay que hacer las cosas de un modo o de otro. No contradigas a nadie, deja que los otros tengan siempre la razón. Nunca prefieras la voluntad del prójimo. Esto te enseñará el difícil arte de la sumisión y al mismo tiempo la humildad... (T. Colliander).

El verdadero humilde tiene siempre la habilidad de no hacerse notar...

Vida activa y vida contemplativa

Las expresiones «vida activa» y «vida contemplativa» no corresponden a dos estados de vida distinta, caracterizados por, fines diferentes (apostolado y obras de misericordia por una parte, vida de oración por otra) representando vocaciones distintas. Designan más bien, dos etapas o dos aspectos complementarios de la vida espiritual (P. Deseille).

La vida activa se caracteriza por el trabajo, ejercicio de la caridad y demás virtudes..., la

oración vocal, cántico de salmos, meditación..., y la contemplativa es la vida de unión íntima con Dios... Una vida de entrega a Dios puede ser a la vez activa y contemplativa...

La vida monástica se ha llamado «vida evangélica» porque sus miembros libres de las ataduras del pecado y de las pasiones, se dedican a la alabanza y contemplación de Dios. San Juan Clímaco decía: «Es monje el que imita en su cuerpo terrenal y miserable el estado y la vida de los que han dejado ya el cuerpo». Como dice el apóstol: *«El no casado se preocupa de las cosas del Señor, de cómo agradarle, mientras que el casado se preocupa de las cosas del mundo y de cómo agradar a su mujer y está dividido»* (1 Cor. 7,32-34).

A la vida consagrada de lleno a Dios y que se vive con deseo de tender a la máxima perfección, algunos la consideran como verdadero «martirio», y ciertamente la vida religiosa bien llevada es «martirio» en cuanto que es vida de sacrificio y vida de completa entrega a Dios..., mas al que ama a Dios todo le es llevadero y vive alegre y contento porque lo hace todo por agradar a Dios y vivir más unido a Él.

San Atanasio de Alejandría decía: «Muchos de entre nosotros preguntan: ¿Dónde hay persecuciones para que muramos mártires? Yo digo: Sé mártir en el espíritu, muere al pecado,

mortifica los miembros terrenales y serás puro en tu espíritu y mártir de Cristo».

«La verdadera obediencia tendrá ideas personales y las manifestará con toda franqueza, si es necesario, sin temor a desagradar; un apotegma decía: «Cuando hables, habla como hombre libre, no como esclavo». El superior legítimamente constituido está en nombre de Dios, y sólo en caso que mandase alguna cosa contra los preceptos de Dios y de su gloria estábamos exentos de prestarle obediencia.

– La obediencia es el holocausto de la propia voluntad que se ofrece a Dios (Pablo VI). Cuando en una comunidad hay obediencia, reina en ella el orden y la paz.

Los religiosos deben amar el trabajo... y el hábito

San Jerónimo decía: «Ocupaos siempre en algo para que el demonio os encuentre siempre ocupados, pues el perezoso está lleno de malos deseos».

Trabajar por Dios; descansar por Dios; servir por Dios. Es lo único que da valor a las cosas. ¡Felices los que saben este secreto!

Al trabajo manual hay que darle su valor: «Una vida consagrada a la piedad, dice San Basilio, no debe ser pretexto para abandonarse

a la pereza y huir del trabajo; por el contrario, debe más bien darnos la ocasión de luchar, de trabajar más y de soportar las contrariedades»...

Lo que se debe evitar es el trabajo absorvente que puede producir vacío espiritual y llegar a impedir la unión con Dios... y al trabajar hay que procurar orientar el corazón a solo Dios. Evita la ociosidad, «madre de todos los vicios»...

Todos y más un religioso debe ser amante del ayuno y de la oración. Se impone la mortificación. El ayuno desarrolla en nosotros el gusto de Dios, y este gusto nos lleva a dejar algo de nuestro sueño, a sacrificar una parte de nuestro descanso corporal, para prolongar o anticipar nuestro encuentro personal con el Señor...

En cuanto al hábito diremos que es un signo que puede ayudar muy realmente al monje a llevar a la práctica con profundidad su condición de «separado», de ciudadano de otra ciudad distinta de la de este mundo... El hábito les distingue de los seglares... y tiene cierto poder de interiorización...

Recibe las observaciones sin recriminación. Da gracias a Dios cuando eres despreciado, olvidado, ignorado. Pero no te crees ocasiones de humillación; a lo largo de la jornada encontrarás más ocasiones de las que necesitas...

Conviene siempre orar...

Hemos hablado ya de la oración, pero terminemos hablando de nuevo de ella. La oración es una de las alas que nos levantan hacia el cielo; la otra es la fe. Con una sola ala no se puede volar. La fe sin la oración es tan inútil como la oración sin la fe. Pero si tu fe es débil bueno será que grites: *«Señor, aumenta mi fe»*. Es muy raro que esta oración no sea escuchada.

La oración es el fundamento del mundo (S. Juan Clímaco). La Iglesia está sostenida por la oración. La oración es un intercambio y un encuentro entre los hombres y Dios. La oración es el alimento del alma... Para los Santos Padres cuando hablan de la oración, el orar para ellos es sinónimo de oración incesante, de vida de oración. Han tomado al pie de la letra el mandamiento de *«orar sin interrupción»* (2 Tes. 5,17).

El hombre de oración se eleva hasta el Creador de todas las cosas. *«Acércate al Señor y Él se te acercará»* (Sant. 4,8). Si damos un paso hacia Dios, Él dará diez hacia nosotros. Él viendo al hijo pródigo, cuando aún estaba lejos, tuvo compasión y corrió a abrazarlo... (T. Collainder).

Sujeta en lo posible tu imaginación. Cuida que tu imaginación y tu pensamiento te obe-

dezcan con la misma docilidad que un perro bien amaestrado. No le permitas saltar a tu alrededor dando ladridos, husmear en las basuras y arrojarse al río. También tu tienes que estar dispuesto a recoger tu imaginación y tus pensamientos y has de hacerlo innumerables veces, en todo momento. Si no lo haces, dice San Antonio, te pareces a un caballo que montan, sucesivamente y sin descanso, distintos jinetes y que por fin se desploma agotado y cubierto de espuma (T. Collainder).

«Si te poseo a Ti, ¿qué puedo ya desear sobre la tierra? (Sal. 72,25). Nada, responde San Juan Clímaco, sino orar sin cesar y unirme a Ti en el silencio. Los demás son esclavos de las riquezas, de los honores, o del deseo de adquirir bienes materiales; mi único deseo es unirme a Dios.

La oración con todo lo que lleva consigo de renuncia de si mismo, se ha convertido en la única razón de tu vida, la parte más real de tu existencia.

Para el que lleva consigo a Cristo no hay ya ni muerte ni enfermedad ni angustia aquí abajo. Ha entrado ya en la vida eterna y ve todas las cosas bajo esta luz.

– El abad Evagrio decía: «Si quieres orar bien, renúnciate cada momento a tí mismo... Si estás poseido de Dios entonces oras bien. Si oras bien estás lleno de Dios».

«Los que oran prestan mejores servicios al mundo que los que combaten, y si el mundo va de mal en peor, es porque hay más batallas que oraciones» (Donoso Cortés). «Pues hagamos porque haya más oraciones que batallas» (Juan Pablo I).

«Las manos levantadas en alto arrollan más batallas que las que manejan las armas» (Bossuet).

«Orar es gobernar» (Cardenal Cisneros). Día sin oración, día perdido (P. Claret). Aquel que sabe vivir, sabe orar (Santo Tomás).

«El que ora se salva, el que no ora, se condena» (San Alf. Mª de Ligorio).

«Oremos unos por otros para ser salvos» (Sant. 5,16).

Laudetur Iesuschristus=Alabado sea Jesucristo

OTROS LIBROS DEL AUTOR

La Biblia Explicada (Para mejor entenderla) ......
La Biblia Ilustrada Compendiada ....
La Biblia más Bella ....
La Biblia a tu alcance ....
Curso Bíblico Práctico ....
Catecismo de la Biblia ....
Historia Sagrada o de la Salvación ....
Nuevo Testamento Explicado, con 4 índices: general, alfabético, teológico y errores de las sectas. (Es completo, con versión del original) ....
Tesoro Bíblico, Teológico ....
Evangelios y Hechos Ilustrados ....
Jesús de Nazaret ....
Dios te Habla (libro bíblico) ....
El Catecismo Ilustrado ....
El Catecismo más Bello (Primera Comunión) .....
El Catecismo Conciliar, en 10 tomitos ....
Tesoro del Catequista: Astete explicado ....
El Matrimonio (Preparación y cómo vivirlo) ......
Bautismo y Confirmación ....
Catequesis Bíblicas ....
¿Existe Dios? ....
¿Existe el Infierno? ....
¿Existe el Cielo? ....
¿Quién es Jesucristo? ....
¿Quién es el Espíritu Santo? ....
¿Por qué no te confiesas? ....
¿Por qué no vivir siempre alegres? ....
¿Seré sacerdote? ....

Para ser Santo ....
Para ser Sabio ....
Para ser Feliz ....
Para ser Apóstol ....
Para ser Católico Practico ....
La Buena Noticia ....
La Caridad Cristiana ....
La Bondad de Dios ....
La Santa Misa explicada ....
La Virgen María a la luz de la Biblia ....
La Penitencia, qué valor tiene ....
La Formación del Corazón ....
La Formación del Carácter ....
La Reforma de una Parroquia ....
La Matanza de los Inocentes (aborto y divorcio) ...
La Senda Desconocida (La virginidad) ....
La Cruz y las cruces de la vida ....
La Religión Verdadera y las diversas sectas ......
La Edad de la Juventud ....
Los Diez Mandamientos ¿Qué valor tienen hoy? ...
Los Grandes Interrogantes de la Religión ....
Los Santos Padres y Doctores de la Iglesia ....
Los Testigos de Jehová ....
Los Males del Mundo ....
Los Ultimos Tiempos ....
El más Allá ....
El Diablo anda suelto ....
El Valor de la Oración ....
El Valor de la fe cristiana ....
El Padrenuestro, la mejor Oración ....
El Pueblo pide Sacerdotes Santos ....

El Dios Desconocido

El Camino de la Juventud

El Niño y su educación

El Mundo y sus peligros

El Sagrado Corazón de Jesús

Diccionario de Espiritualidad

Historia de la Iglesia

Vida de San José

Pedro, Primer Papa

Flor de un Convento

Florilegio de Mártires

Somos Peregrinos. Estamos aquí de paso

Vamos de Camino

Tu Camino (Vocacional)

Misionmes Populares

De Pecadores a Santos

Pecador, Dios te espera

Joven, Levántate

Tu Conversión; no la difieras

Siembra el bien

Lágriamas de oro, o el problema del dolor

No pierdas la juventud

Siguiendo la Misa

Visitas al Santísimo (para cada día del mes)

Hablemos con Dios (visitas al Santísimp)

Dios vive entre nosotros (Eucarísticvo)

Las Almas Santas

Errores modernos (comunismo, socialismo marxista)

Marxismo o Cristianismo

Doctrina Protestante y Católica

Salmos y cánticos comentados conforme el Breviario ....
La esperanza en la otra vida ....
La Eucaristía. ¿Para qué oír la Misa? ....
La educación sexual. ¿Qué decir de la masturbación? ....
Sepamos perdonar ....
Vive en gracia ....
Valor de la limosna ....
¿Por qué leer la Biblia y cómo leerla? ....
¿Qué es el Evangelio? El libro más importante de todos ....
Las virtudes cristianas ....
Lo que debes saber para ser sabio ....
¿Qué sabemos de Dios? Respuestas de los sabios ...
Pensamientos saludables para meditar en todo momento... ....
¿Qué es un comunista? ¿Es un hijo de Dios? ......
Cortesía y buenos modales... Reglas de Urbanidad .